

# Información sobre Distanciamiento Social

## Introducción

**Distanciamiento social** es un término que se aplica a algunas acciones que toman los oficiales de salud para detener o disminuir la propagación de una enfermedad altamente contagiosa. El Oficial de Salud tiene la autoridad legal para ordenar las medidas de distanciamiento social. Debido a que estas medidas son de alto impacto en nuestra comunidad, cualquier acción para tomar medidas de distanciamiento social se haría en línea con otras agencias locales, tales como ciudades, departamentos de policía y escuelas, así como con las contrapartes estatales y federales.

El Oficial de Salud del Condado de Santa Clara y el Departamento de Salud deben encargarse de proporcionar al público la información sobre las medidas de distanciamiento social. Esta información puede ayudarle a comprender lo que le pueden solicitar que haga si el Oficial de Salud pone en práctica las medidas de distanciamiento social.

## ¿Qué son las medidas de distanciamiento social?

Las medidas de distanciamiento social se toman para determinar cuándo y dónde se pueden reunir las personas para detener o disminuir la propagación de enfermedades contagiosas. Las medidas de distanciamiento social incluyen evitar que grandes grupos de personas se reúnan, cerrando edificios y cancelando eventos.

## ¿Por qué deben tomarse medidas de distanciamiento social?

Actualmente, las medidas de distanciamiento social se consideran frecuentemente como una forma de disminuir la propagación de la influenza pandémica. Los expertos en salud han revisado las pandemias pasadas y encontraron que durante la pandemia de 1957-58, la propagación de la enfermedad sucedió después de reuniones públicas, tales como conferencias y festivales.

Durante la pandemia de 1957-58, los índices más altos de enfermedad se observaron en niños en edad escolar, por estar muy juntos en las clases. Los expertos en salud consideran que evitar que los grupos de personas se reúnan es importante para disminuir la propagación de la influenza pandémica.

Debido a que una pandemia no puede detenerse cuando se ha iniciado, al detectarse influenza pandémica en nuestra área, se utilizarán medidas de distanciamiento social para frenar la propagación de la enfermedad. Debido a que los expertos en salud desconocen cuánta precaución habrá, disminuir la propagación de la enfermedad le dará a nuestra comunidad tiempo adicional para estar mejor preparados.

Algunos ejemplos de las medidas de distanciamiento social que se tomarían durante una pandemia incluyen:

- Cerrar todas las escuelas públicas e instalaciones públicas y privadas K-12 así como centros de cuidados para niños.
- Cancelar todos los eventos en interiores y al aire libre que reúnan grandes multitudes. Estos eventos incluyen los eventos deportivos, conciertos, desfiles y festivales.
- Cerrar los centros comunitarios, centros comerciales y teatros, así como posponer los servicios en todas las centros de culto.

Durante una pandemia, también pueden cerrarse temporalmente los sistemas de tránsito masivo, o permitir únicamente los desplazamientos necesarios. Otras acciones que pueden tomarse incluyen: retraso en las clases de las universidades públicas y privadas, utilizando el aprendizaje por medio del Internet y cancelar todas las reuniones grandes en el campus; cambiar las operaciones de las bibliotecas públicas

*(continuación)*

**Public Health Department**

Santa Clara Valley Health & Hospital System



[www.sccphd.org](http://www.sccphd.org) | **Dedicado a la salud de toda la comunidad**

*El Departamento de Salud Pública es un departamento del Sistema de Salud & Hospitalario del Valle de Santa Clara, perteneciente y operado por el Condado de Santa Clara.*

# Información sobre Distanciamiento Social

y privadas, evitando que las personas se reúnan, únicamente permitiendo que entren las personas a recoger libros que han reservado o solicitado en línea o por teléfono; y, que las compañías cambien sus prácticas, fijando planes flexibles de turnos, con los empleados trabajando a distancia desde casa, y cancelando cualquier reunión o conferencia grande.

## ¿Qué otras acciones de salud pública ayudan a frenar la propagación de enfermedades?

Otras acciones de salud pública que se utilizan para limitar la propagación de una enfermedad contagiosa incluyen el aislamiento y la cuarentena.

El aislamiento se utiliza cuando una persona está enferma y parece de una enfermedad contagiosa. La persona enferma se separa de las personas que no están enfermas. Las personas que son aisladas pueden ser atendidas en hospitales, otros centros de cuidados de salud, o en sus hogares. En la mayoría de casos, el aislamiento es voluntario, pero los oficiales de salud federales, estatales y locales tienen el poder de obligar el aislamiento de las personas enfermas para proteger la salud del público en general.

Cuando a una persona se le pone en cuarentena, también se le separa de los demás. Aunque la persona no esté enferma en el momento, si fue expuesta a una enfermedad contagiosa, aún puede ser infecciosa y transmitir la enfermedad a otras personas. Otras medidas de cuarentena incluyen la limitación de desplazamiento de las personas que fueron expuestas a la enfermedad contagiosa y evitar que las personas vayan y vengan a un área específica. Los estados tienen la potestad de determinar en forma legal cuarentenas dentro de sus límites.

Ambos, el aislamiento y la cuarentena pueden ser utilizados por los oficiales de salud durante una pandemia de influenza para ayudar a disminuir la propagación de la enfermedad.

## ¿Qué puedo hacer?

Siempre es importante evitar el contacto cercano con personas enfermas. Los oficiales de salud recomiendan que si se enferma, se quede en casa y lejos de los demás, tanto como le sea posible. No vaya a trabajar enfermo(a) y no envíe niños enfermos a la escuela o guardería. Esto es aún más importante durante una pandemia.

Aunque parezca sencillo, la práctica de buenos hábitos de higiene, tales como lavarse las manos y cubrirse la boca cuando tose, ayudará a detener o frenar la propagación de muchas enfermedades. El sitio de Interent del Departamento de Salud Pública (The Santa Clara County Public Health Department) tiene afiches de 'Lávese las Manos' y 'Cúbrase la boca al toser' que puede descargar y usar.

Durante una pandemia, es importante comprender lo que se le puede preguntar o pedir que haga. Es muy importante seguir cualquier instrucción de distanciamiento social, así como otras instrucciones o órdenes de los oficiales de salud. Le agradeceremos que se mantenga informado(a) y planifique por anticipado. Los sitios Web que se detallan a continuación pueden ayudarle a prepararse para las emergencias de salud pública, incluyendo la posibilidad de la influenza pandémica.

Por favor recuerde, aunque la influenza pandémica probablemente parezca más seria que cualquier otra emergencia de salud pública, la mayoría de personas que contraiga la enfermedad sobrevivirán.

Para obtener más información sobre asuntos de salud y preparación para emergencias, visite los siguientes sitios Web:

- [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov)
- [www.sccphd.org](http://www.sccphd.org)
- [www.pandemicflu.gov](http://www.pandemicflu.gov)
- [www.redcross.org](http://www.redcross.org)
- [www.who.int](http://www.who.int)

**Public Health Department**

Santa Clara Valley Health & Hospital System



[www.sccphd.org](http://www.sccphd.org) | **Dedicado a la salud de toda la comunidad**

El Departamento de Salud Pública es un departamento del Sistema de Salud & Hospitalario del Valle de Santa Clara, perteneciente y operado por el Condado de Santa Clara.